VOL.63　2005年11月25日発行

熱海所記念病院広報誌
発行　広報委員会
編集　小澤　祥人

ひまわり 11･12月号

〒413-0022　静岡県熱海市昭和町21-6/TEL0557-82-3000/http://www.tokoro.tmg.or.jp

年末年始診療のご案内

年末年始は、下記のとおりお休みを頂いておりますので、よろしくお願い致します。

１２／３０	（金）午後	休 (午前診療有)
１２／３１	（土）	休
１／１	（日）	休
１／２	（月）	休
１／３	（火）	休

※　なお、救急患者様は随時受付をしております。

himawari

01　簡単な医療講座
02　パラメディカル便り
03　ふれあいの架け橋ご回答
04　旬のお手軽レシピ
05　職員リレーコラム
06　お知らせプラザ
07　熱海近隣のお医者さん
08　防災一口メモ

熱海所記念病院理念

いつでもかかれる心やすらぐ病院
働きがいのある明るい病院
地域と共に歩む開かれた病院

基本方針

1.患者さまを中心とした医療に努めます
2.救急医療体制の充実に努めます
3.医療連携により、地域医療の向上に努めます
4.患者さまの権利とプライバシーの保護に努めます
5.医療人としての資質の向上に努めます
6.良質な医療環境の提供に努めます
7.効率的で安定感のある健全経営に努めます

患者さまの権利

1. 平等で最良の医療を受けることができます
2. 人格、価値観などを尊重され、医療提供者との相互の協力関係のもとで医療を受けることができます
3. 十分な説明を受け、自らが医療を選択し、決定することができます
4. 医療機関を自由に選択（変更）することができます
5. 他の医師の意見（セカンドオピニオン）を求めることができます
6. 自分の受けている医療について知ることができます
7. プライバシーの保護を受けることができます

※　セカンドオピニオンとは、本来「主治医以外の医師の意見」という意味で、具体的には当院の医師による診察や、治療の説明のほかに、他の医療機関の医師の意見も聞き、納得して治療を受けるシステムのことです。他の医療機関の医師の意見を必要とされる場合には、当院の検査データを添えて、紹介状をお渡しいたします。

01 簡単な医療講座

「続・血管病が増えています」

心臓・血管外来

石丸（いしまる）　新（しん）

心臓血管外科　医師　石丸　新
専　門　心臓血管外科
診察日　午前　火　　午後　火・水
学会理事
日本心臓血管外科学会・日本脈管学会・日本血管外科学会
日本静脈学会・日本血管内治療学会・日本心臓血管内視鏡学会
学会評議員
日本外科学会・日本胸部外科学会・日本血栓止血学会

飽食、運動不足、ストレス、肥満、喫煙などが原因となる生活習慣病として、脳梗塞・心筋梗塞・動脈瘤・下肢動脈閉塞症など動脈硬化を原因とした血管病が増えています。

動脈硬化は、人がこの世に生を受けて以来、誰しも避けては通れない身体変化であり、“人は血管とともに老いる”という言葉さえあるくらいです。血管病は血管が詰まってしまう「動脈閉塞」と血管の一部が膨らんでしまう「動脈瘤」とに分けられますが、動脈硬化は全身何処にでもみられるので二つ以上重なって起こることもあります。たとえば、下肢の動脈に閉塞がある患者さんの約80%には脳血管につながる頚動脈にも動脈硬化がみられ、なかには動脈が狭く（狭窄）なっている場合もあるのです。

これら血管病に対する治療法には薬物療法と外科手術があります。薬物療法には血管を広げ、血栓（血の固まり）を抑制して血流を改善する作用がありますが、その効果は限られています。

一方、外科手術では、狭くなったり膨らんでしまった動脈の替わりに自己の静脈や人工血管を用いて新しい血流（バイパス）を作るので、より確実に血流障害を改善することができますが、手術自体にはある程度の危険が伴います。また、高齢であることや他の重症な病気を伴っている場合には、外科手術が実施できないこともあります。

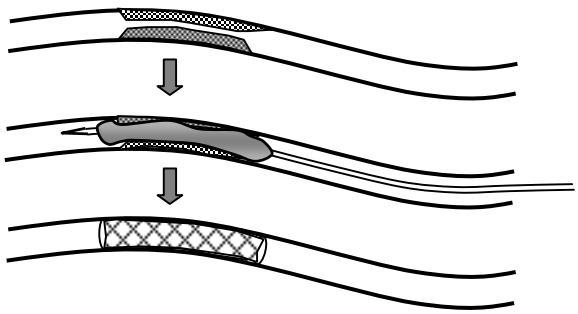
そこで最近では、“カテーテル”という細い管を利用して行う、身体に負担の少ない“血管内治療”が注目されるようになっています。血管内治療は、別名「切らない手術」ともいわれ、通常は太ももの付け根にある細い血管に針を刺すか、あるいは5～6cmほどの傷をつけて直接血管を開けて治療を行います。太ももの血管内に入れたカテーテルによって詰まった血管を開いて血液の流れを回復させたり、人工血管を挿入して動脈瘤の破裂を防ぐ治療を完成させるのです（図参照）。

血管病に対して心配や疑問がお有りの患者様は、是非一度、当院心臓血管外科・循環器科までご相談ください。

動脈閉塞の治療：血管ステント（図1）

直径2～3mmのカテーテルを太ももの動脈を通して、狭くなっている動脈の部分まで運びます。カテーテルの先端にはバルーン（風船）が付いていて、これを膨らますことによって動脈の狭い部分を広げます。引き続き、先端に金属性の網（ステント）が付いたカテーテルを動脈に通し、広げた部位にさらにステントを広げて、しっかりと固定します。

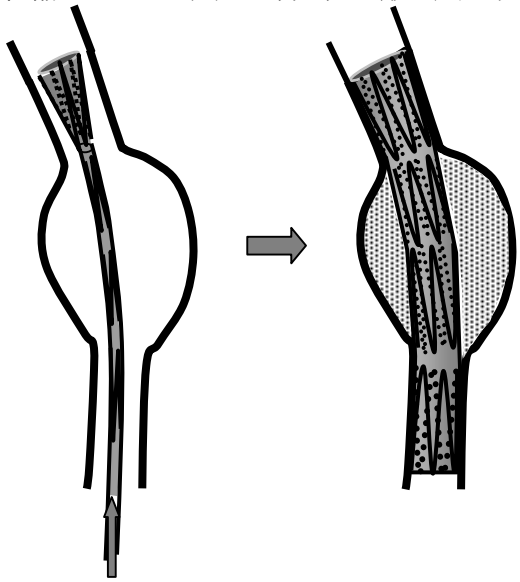
図1



動脈瘤の治療：ステントグラフト（図２）

直径 6mm 程度のカテーテルの中に、金属ステントで補強した人工血管（ステントグラフト）を細く縮めて格納しておきます。このカテーテルを太ももの動脈に挿入し、動脈瘤の部位まで運びます。そこでステントグラフトをトコロテン式に押し出すと、縮まっていた人工血管が元の形に広がり、動脈瘤を内側から補強します。

図２



02　パラメディカル便り　リハビリテーション科

＜杖の種類とその特徴＞

リハビリテーション科　　秋山英子

杖と一口でいっても、様々なタイプのものがあります。自分にあった適切な杖を使用することで、歩く事が可能になったり、行動範囲が広がったりします。身体の症状や目的・用途に合わせて適切な杖を選択して使用することが大切です。ここでは４種類の杖を紹介したいと思います。

☆T字型杖☆

もっとも普及しているタイプの杖です。全体の形からT字杖、一本杖と呼ばれています。体重の支持と疲労の軽減、バランスを崩した時の支えとなります。歩くことは可能ですが、安定性や耐久性に問題がある人が使用対象となります。階段など、杖に多くの力と安定性が要求される場面には適していません。

☆ロフストランド杖☆

前腕固定型杖ともいい、杖の上部が握りの上まで伸びて、そこに前腕カフがついていて、腕を通すことにより固定できます。握りと前腕の２点で支えるので、腕の力も使えます。握力が弱く、T字杖をつく力が不十分で、不安定な場合に用います。階段昇降のように、杖に多くの力と安定性が必要となる場合には適していません。下半身麻痺者、下肢に体重をかけられない骨折、捻挫、股関節症、下肢切断、片麻痺などの歩行補助にむいています。

☆肘支持型杖☆（T字杖）

リウマチ杖ともいいます。杖の上段に横木を付け、その先端に縦に握りが取り付けてあります。握りを握った腕を横木の上の弾力性のあるパッドにのせ、マジックバンドで固定し前腕部・肘全体で体重を支えます。手首や肘などに障害があり、自由にのばせないリウマチや関節炎の人などに向いています。

☆多点型杖(四点杖)☆（多脚杖）

T字型杖よりもいっそうの安定を求めてつくられたものが多点型杖(四点杖)です。握り手は一つですが、あしが

４本に分かれています。着地面積が広く、安定度は高くなっています。体重をかけても倒れにくいので、立つ姿勢の悪い患者さんの歩行練習に適しています。敷居の場所や段差、坂などでは使いにくいものですので、平らな場所で使用します。

ことわざに「転ばぬ先の杖」という言葉があるように、歩く事に少しでも不安がある方は杖を利用する事をお勧めします。実際に杖を選ぶ際は、是非リハビリテーション科にご相談ください。

03 ふれあいの架け橋ご回答

期間：平成１７年　８月２５日～平成１７年１０月２６日

１．　ご意見

Q1.　点滴のぶらさげる「点滴スタンド」これを持ちながらお手洗いなどへ行くのに、部屋の出入口、トイレの出入口等、段差があってとても不便であるので、出来ればバリアフリーにして頂きたいです。

A1.　今後建物の増改築の予定していますので、その際に修繕を考えています。

Q2.　リハビリテーション科で

一、患者さんに罵声をあびせています。

一、患者さんを叩いていた。

一、患者さんに対して態度が悪い。そんなことをしないで、しっかり患者さんに接して頂きたいと思います。是非「改善」をお願いしたいと思います。

A2.　リハビリテーション科全体の事ととらえ、所属長より指導しました。

頑張れ、　熱海所記念病院

意見１．他の看護師と明らかに異質な人である。患者との対応、折衝、観察力がすばらしい。

例えば朝食の配膳時に

Ns：牛乳にストロー挿しましょうか？　　と聞く

PT：牛乳は嫌いで毎日残している　　と答える

Ns：乳製品でヨーグルトなら食べられる？　と聞き返す

PT：食べる　　と答える

この様に気配りの出来る看護師は貴重である。聞けば、熱海所記念病院の常勤職員ではなく他院より来ているらしいが、他の看護師も見習うことが多いと感じる。

この看護師は、毅然とした態度もとれれば言葉使いも良い。いつも元気印１００％といった感じである。

従業員の教育方法として「新しい風を入れる」とも言うべき手段も考えられる。

いずれにしても貴重な人財（人材ではなく財産）であると感じましたので記載いたしました。

意見２．インフォームドコンセントについて

全体としてなじみが薄い。ある意味、老人が多いので説明して了解を得る時間が無駄と考えている？

医師の場合は両極端です。ある医師は一切実施しない。また、ある医師はバカ丁寧に説明して患者に不安を与えている？

例　この薬は１万人に３人の割合で○○が発生する・・・

老人に対しては恐怖感を与えるだけではないでしょうか？

Q1. 内装の不備として
①トイレ　・・・　狭い、洗浄機が無い、
②公衆電話　・・・　現設置場所にもう1台程度の増設
③車椅子　・・・　破れていたり動きが悪い
④ベッドとオーバーテーブルが合致しない物がある

A1. ①トイレについては来年度に増改築の予定があり、根本的に変更をいたします。
②公衆電話につきましては、携帯電話が使用できる場所が設けてありますので、出来ましたらそちらをご利用ください
③車椅子は毎月２台程度の購入をして新しい物に順次交換しております
④調べて改善します

Q2. リハビリに低周波装置をいれてほしい

A2. 11月に１台購入予定です

Q3. 入院の薬袋に薬の副作用や効能、どの薬（現物）がどの薬名なのか明記、添付がない

A3. 現在、行う方向で検討中です

Q4. 会計の際に手際が悪く、小銭を一枚一枚細かく数えている

A4. 申し訳ありませんでした。医事課にて再徹底いたしました。

Q5. 薬をもらうのに２時間３０分待たされた

Q5. 申し訳ありませんでした。看護部、医事課にて再徹底いたしました。

２．お礼

トイレ・洗面所・廊下（イスがあってびっくりしました）きれいで気持ち良かったです。スタッフの方、親切でした。ありがとうございました。

シャンプー、リンスまでしていただきました。心より感謝します。

３．職員の声

Q1. ６Ｆのスタッフルームのトイレは、まだ直してもらえないのでしょうか？なぜ？直さないのか？
教えて下さい。

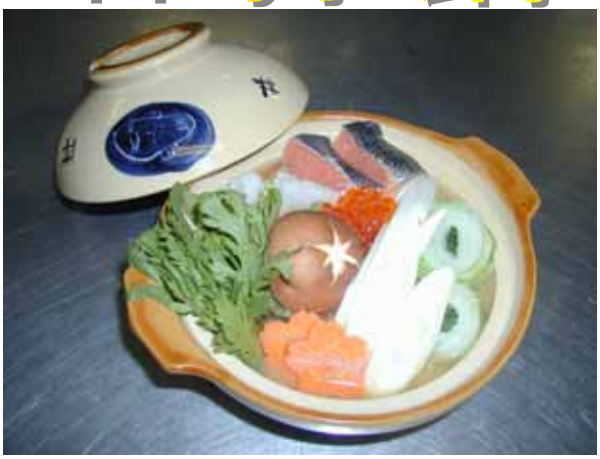
A1. 以前より使用状況が悪く、掃除をしても追いつかないという状態でした。そのため、故障を機に使用禁止としました。ご理解頂けます様よろしくお願いします。

Q2. タイムレコーダーの時刻が２分遅れています。きっちりと合わせて下さい。何日も前からです。
お願いします。

A2. 早速調整致しました。申し訳ございませんでした。

04 旬のお手軽レシピ

石狩鍋



栄養価（１人分）エネルギー 209kcal
蛋白質 2.2g：脂質 7.6g：塩分 3.7g

≪材料・４人分≫

生サケ	２００ｇ
白菜	２５０ｇ
春菊	２００ｇ
にんじん	４０ｇ
しいたけ	４枚
大根	８０ｇ
焼豆腐	２５０ｇ
ねぎ	８０ｇ
いくら	適宜
だし汁	１Ｌ
赤味噌	５０ｇ
白味噌	６０ｇ

≪作り方≫

① 生サケは食べやすい大きさに切る。
② しいたけは石づきを取る。
③ 白菜、にんじん、大根、春菊は食べやすい大きさに切る。
④ ねぎは1cm幅に斜めに切る。
⑤ 1～4を鍋に並べる。
⑥ 別鍋でだし汁を火にかけ、味噌を入れてとかす。
⑦ 味噌がとけたら、5の鍋に6をいれ、材料に火が通るまで煮る。
⑧ 火が通ったら、鍋を火からおろしてイクラをのせる。

旬の食材 鮭

≪豆知識≫

石狩鍋は北海道の郷土料理です。
鮭は晩秋、川の上流で産卵し、孵化した稚魚は春に4cm ほどに成長したら川を下って海で育ち、1mほどの成魚になって生まれ故郷の川にかえってきます。一般に鮭とよばれるのは「シロザケ」か「ギンザケ」。市場に多く登場するのは「シロザケ」です。

≪栄養と効用≫

鮭は他の魚肉より、消化･吸収がよく、良質の蛋白質です。血液をサラサラにするEPAや、脳の細胞を活性化するDHA、ビタミンB群を含みます。また、血行をよくするナイアシンや、味覚を正常に保つ亜鉛などのミネラルがたっぷりで、生活習慣病予防にぴったりです。
ビタミンDも豊富に含まれており、骨や歯にカルシウムが沈着するのを助けます。ビタミンA含有量も多く、粘膜や皮膚を健康に保ちます。また、血行をよくするビタミンEも豊富で、胃腸を温め、血液の循環を促進させます。パソコンなど長時間同じ姿勢をとり続けて疲れ症状がある場合に、鮭が血行不良を改善し、つらい症状を和らげてくれます。

05 職員リレーコラム

演題：「挨拶・接遇について」

循環器科医師の鈴木和浩です。我々医師は常に最前線で患者様に接し、病状や治療を説明するという責務を担っており、接遇が最も重要とされる立場にあるといえます。しかし過剰な敬語や言い回しは、かえって患者様の理解を妨げるばかりでなく、慇懃な印象さえ与えかねません。大切なのは個々の患者様に合わせた話し方を心がけ、よりよいコミニュケーションが築けることだと、いつも肝に銘じて診療にあたっております。

次回は外来クラーク 長谷川和江さん　お願いします。

外来クラークの長谷川和江です。病院には毎日、心と身体に不安をかかえた患者様や、患者様の御家族がいらっしゃいます。身体的な苦痛の９８％は薬剤によってコントロールすることが出来るそうですが、心の痛みは薬剤で緩和することは出来ません。「思いと、言葉と、行ない」という言葉があります。応対の第一歩は相手に対して思いやる心から出発すると思います。親切、ていねいはもちろんのこと、患者様の気持ちを考え心をこめて接することを心がけたいと思います。

次月は、３Ｆクラーク　山川陽子さん　お願いします。

オープンカンファレンス報告

平成１７年１０月３日（月）１７：３０より「８月度オープンカンファレンス」が行われました。１０月の講演は下記の通りです。

①「一般撮影用フィルターの試作」　放射線科係長　中井　康貴

②「禁煙のすすめ」　名誉院長　小柳　泰久

■オープンカンファアンケート（複数回答あり）

演題①

分かりやすかった	１４名
ためになった	１２名
もっと詳しく聞きたい	４名
その他	２名

演題②

分かりやすかった	１４名
ためになった	２０名
もっと詳しく聞きたい	２名

ワクチンについて

Ⅰ.インフルエンザ

毎年 11 月から 2 月頃になりますとインフルエンザが流行しやすい時期になります。インフルエンザは発熱, 頭痛、関節痛、筋肉痛など症状が強く、重症化することもあるという特徴があります。ワクチンを投与していますとインフルエンザによる症状を予防することが期待できます。今回、当院で使用するワクチンについて説明します。

① 特徴　インフルエンザＨＡワクチン「Ｓ北研」

多くのワクチンにはチメロサールという殺菌性のある保存剤が含まれております。しかしこの成分には有機水銀が含まれております。有機水銀は体内で蓄積され、神経障害等を起こしうる重金属です。水銀の量は極微量（ワクチン 1 本に 0.002～0.008ｍｇ）であり、この量では実際に人に対して有害な問題を起こしたという報告はありませんが、量の多少に関わらず摂取しないことが望ましいと思い、当院はこの成分が含まれていないワクチンを使用しております。

② 発現するまでの期間及び投与するペース

ワクチンを接種し次の日から効果がでることはありません。通常インフルエンザに対抗できる体になるまでの期間は 10 日以上とされています。が、その間に感染する可能性はあります。また投与する間隔は以下のとおりです。

年 齢	投与回数、投与間隔	投与量	注 意
1歳未満	1～4週間空けて2回	0.1mL	原則生後 6ヶ月以上
1～6 歳未満	1～4週間空けて2回	0.2mL	
6～13 歳未満	1～4週間空けて2回	0.3mL	
13～64 歳未満	1回	0.5mL	
65 歳以上	1回	0.5mL	

③　値段
・成人：１回 2,500 円　　・乳児、小学生：１回 2,100 円　・熱海市民登録者で６５歳以上の方：１回 1,000 円

④　注意すべき状態
卵アレルギーの人(ただし重症なアレルギーのみ)
妊婦（医師に確認してください）

⑤　副作用
過敏症、悪寒、頭痛、倦怠感など 2～３日で消失します。

ワクチンについて説明させて頂きました。疑問・不明な点がございましたら薬剤師にお気軽に質問してください。

II.肺炎球菌

日本人の死因第４位をご存知ですか？　実は肺炎で毎年、約１５,０００人が亡くなられています。肺炎は多くの種類の菌やウィルスによって発症しますが、肺炎球菌という菌によるのが多く全体の約４割になります。そのため事前にこの菌に対するワクチンを接種しておくことをお勧めします。

①肺炎球菌ワクチン（ニューモバックス）

このワクチンは肺炎球菌に対する免疫を事前に付け、肺炎になる確率を低下させます。
(肺炎にならないわけではありません)
概ね、肺炎で入院・亡くなる確率を６～８割軽減させる結果があります。また、チメロサール（水銀）は含有しておりません。

① 投与
１回接種すれば約５年間は有効とされています。

② 値段
当院では１回 7,000 円になります。

③ 摂取が望ましい方
６５歳以上の高齢者
肺の病気（肺気腫、結核等）を患っている方
心臓の病気（心不全）がある方
癌，肝硬変、腎不全、糖尿病等の慢性病を持っている方

④ 発現するまでの期間及び投与するペース
いつ接種してもかまいません。但し、他のワクチンなど接種している患者様はそのワクチン接種してから２～４週間は空けて下さい。

⑤ 副作用
ワクチン接種後、注射を打った部分が赤くなったり、少し痛みが出ることがまれにありますが、１－３日で治まります。日本では、今のところ、ワクチンの重い副作用は報告されていません。

ワクチンについて説明させて頂きました。疑問・不明な点がございましたら薬剤師にお気軽に質問してください。

第6回話の図書館報告

平成１７年１０月２９日（土）に「第６回話の図書館」が開催されました。

今回は２１０人を越える多くの方々が来場されました。テーマは「腰痛のお話し」ということで、金井副院長より“整形外科医の立場から原因と治療”リハビリテーション科　植松係長より“腰痛を和らげる体操と生活の工夫”の２題と、“丈夫な腰をつくるおいしいレシピ”の試食を行い、それぞれ大好評でした。

次回の「話の図書館」も一致団結してがんばりたいと思います。

第2回大規模災害訓練報告

平成１７年１１月１９日（土）「第２回大規模災害訓練」を行いました。今年も総勢１０７名と大人数による、大掛かりで本番さながらの訓練でした。

当院は東海地方に位置しているため、大規模災害を想定した訓練を行い、急な災害時でも慌てずに迅速な対応ができるよう、約１時間真剣に取り組みました。

実際災害が発生した時、なかなか訓練どおりにはいかないでしょうが、日々の注意と訓練が大切かと思いますので、今回行った訓練を忘れずに日頃から災害に備えたいと思います。

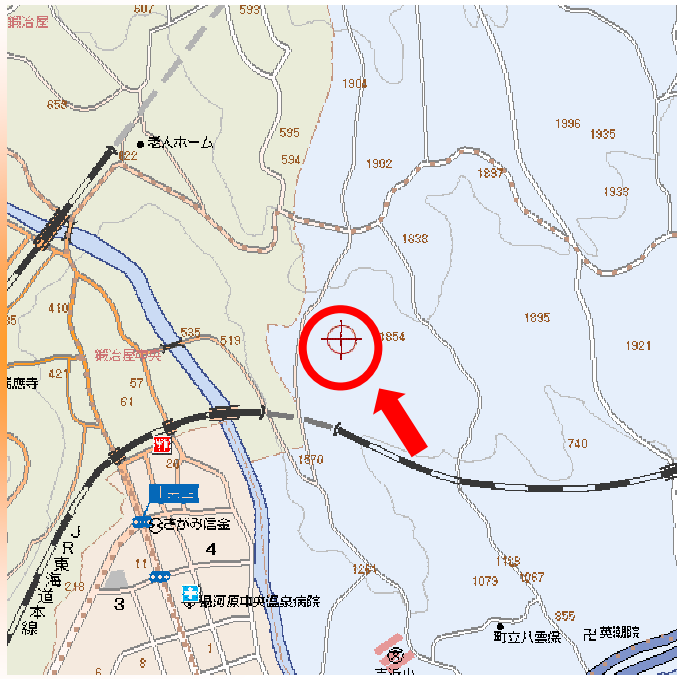
【訓練内容】
熱海市に大地震発生→災害対策本部設置→本部より被害状況報告指示→各ｾｸｼｮﾝ被害状況確認・報告→一般外来の中止→災害時救急医療体制→ﾄﾘｱｰｼﾞﾎﾟｽﾄ・応急救護所・ボランティア受付の設置→被災者の受入→トリアージ→検査・処置・転送→訓練終了

07 熱海近隣のお医者さん

湯河原ゆうゆうの里診療所

（ゆがわらゆうゆうのさとしんりょうじょ）

代 表 者：今子　弘美　先生
診療科目：内科・精神科
診療時間：９：００～１１：３０
休 診 日：日・祝祭日
住　　所：湯河原町吉浜１８５５
電　　話：０４６５－６０－１０００



玉真胃腸科病院

（たままいちょうかびょういん）

代 表 者：玉真　俊一　先生
診療科目：胃腸科
診療時間：　９：００～１２：３０
　　１３：３０～１７：００
土 曜 日：９：００～１２：３０
休 診 日：日・祝祭日　土曜日午後
住　　所：熱海市中央町１９－２７
　　とーるビル２Ｆ
電　　話：８３－６６７０

08 防災一口メモ

◆石油ストーブなどの安全な取り扱いについて

本格的に寒くなる時期を迎えるにあたり、ストーブなど暖房器具を使用する機会が多くなります。火災を発生させないよう、次の点を心掛けることが必要です。

1．使用にあたっての注意事項

・ストーブの近くに紙や衣類など燃えやすいものを置かない
・ストーブの近くでヘアスプレー等の引火の危険性があるものを使用しない
・カーテンなどがストーブに接触しないよう、それらのものから離して使用する
・ストーブの上方に洗濯物を干さない

2．使用方法

・取扱説明書をよく読んで、正しい方法で使用する
・石油ストーブに灯油を給油する場合は、火を消してから行う
・カートリッジタンク式のものは、給油後、タンクのふたを確実に締める
・一定以上の振動を感じたり転倒した場合に自動的に消火する耐震自動消火装置付きのものをできるだけ使用する

3．点火及び消火の確認

・点火後は炎の調節を行い、正常に燃焼しているか確認する
・就寝時、外出時には、必ず完全に消火していることを確認する

4．点検・整備

・暖房シーズン前は十分な点検・整備を行い、故障している場合は販売店等に修理を依頼する

5．危険物の保管

・灯油用の容器は金属製のもの、又はポリエチレン製で適合性に係る推奨ラベルもしくは認定証が添付されているものを使用する
・灯油等の容器は必ず栓をしっかり締めて密封する
・保管場所は火気を使う場所から遠ざけるとともに、直射日光を避けた冷暗所とする
・地震時に容器が転倒したり、落下物によって容器が破損したりしないようにする

以上の事項に注意しながらウィンターシーズンを快適に過ごしましょう。

医療法人社団　熱海所記念病院　広報誌
ひ ま わ り
〒413-0022　静岡県熱海市昭和町 21-6
TEL:0557-82-3000　FAX:0557-81-0362
http://www.tmg.or.jp/tokoro

■診療科目　内科（消化器、糖尿病、血液、神経内科、感染症、膠原病）、胃腸科、循環器科（血液外科を含む）、小児科外科、外科、整形外科、脳神経外科、呼吸器外科、心臓血管外来、肛門科、ﾍﾟｲﾝｸﾘﾆｯｸ、ﾘﾊﾋﾞﾘﾃｰｼｮﾝ科、皮膚科

※　ひまわりについて、ご意見・ご要望などございましたら、当院「ふれあいの架け橋」へ投書していただける様、お願いいたします。